

Согласовано:  
директор МБОУ «Кореизская СШ имени  
Героя Советского Союза П.П. Кулешова»

Баранов О.В.

Утверждаю:  
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 16.11.23



Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>9 день</b>					
<b>Рацион 1</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	210	8,3	9,9	46,5	301,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	80	10,1	17,1	1,4	179,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	0,2	0,0	15,5	63,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>587</b>	<b>24,6</b>	<b>29,3</b>	<b>111,1</b>	<b>790,4</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>71,46 руб.</b>
<b>Рацион 2</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	0,1	6,8	31,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,6	4,3	15,1	121,6
ШНИЦЕЛЬ С СОУСОМ	50/40	9,6	11,6	11,3	185,9
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	6,2	4,9	37,1	217,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,3	1,8	17,4	109,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	12,8	77,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>28,1</b>	<b>23,9</b>	<b>123,5</b>	<b>838,8</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>75,00 руб.</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>52,7</b>	<b>53,2</b>	<b>234,6</b>	<b>1 629,2</b>
<b>Стоимость дня:</b>					<b>146,46 руб.</b>

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>9 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	210	8,3	9,9	46,5	301,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	80	10,1	17,1	1,4	179,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БАТОН	60	4,5	1,7	30,8	157,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	0,2	0,0	15,5	63,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>617</b>	<b>26,9</b>	<b>30,1</b>	<b>126,5</b>	<b>868,9</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,2	0,1	11,3	51,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,4	18,9	152,0
ШНИЦЕЛЬ С СОУСОМ	50/50	10,0	11,9	12,0	194,7
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	180	7,4	5,9	44,5	260,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,4	2,7	26,1	164,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>34,3</b>	<b>27,5</b>	<b>153,0</b>	<b>1 022,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>61,2</b>	<b>57,6</b>	<b>279,5</b>	<b>1 891,8</b>
<b>Стоимость дня:</b>					<b>154,33 руб.</b>

Повар

*Зид*